Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	**5** CRECIENDO JUNTOS (G2-3) **"Normas, límites y rabietas"** 17:00h
8 TALLER (SESIÓN 1): **"LA PRÁCTICA DE LAS EMOCIONES"** 17:30h	**9** CHARLA: **"DETECTAR EL USO PROBLEMÁTICO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS DESDE LA FAMILIA"** PAD 18:00h	**10** GRUPO: **"SOLEDAD NO ELEGIDA** Cuando se frustra nuestro proyecto familiar" 17:00h	**11** CHARLA: **"TRÁMITES HEREDITARIOS: Testamentos, Donaciones y adjudicaciones"** CMM "El Almendro" 11:00h	**12** CHARLA: "La atención psicológica en los CAF" IES "Felipe II" 11:30h CRECIENDO JUNTOS (G2-3) **"Despedida"** 17:00h CHARLA: **PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR DESDE LA FAMILIA** **CEIP "Mariano José de Larra"** 16:30h
15 CHARLA: **"EL DUELO EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA"** Comunidades Compasivas 18:00h	**16** TALLER (SESIÓN 2): **"ESTRATEGIAS PARA UNA ADECUADA REGULACIÓN EMOCIONAL"** 17:30h	17	**18** CHARLA: **"FRASES LITERARIAS Y REFRANES Y DICHOS DE NUESTRA VIDA DIARIA"** CMM "Daroca" 16:00h	**19** CHARLA: **"LA EMPATÍA Y SU IMPORTANCIA EN LAS RELACIONES FAMILIARES"** **CEIP "Marqués de Suanzes"** 17:00h
22 CRECIENDO JUNTOS (G1) **"Presentación"** 11:00h TALLER (SESIÓN 3) **"LA EMPATÍA Y SU IMPORTANCIA EN LAS RELACIONES FAMILIARES"** 17:30h	**23** TALLER PARA FAMILIAS: **CASAS LECTORAS** "PRIMER ENCUENTRO" 17:30h	**24** GRUPO: **"SOLEDAD NO ELEGIDA** Cuando se frustra nuestro proyecto familiar" 17:00h	25	26
29 CRECIENDO JUNTOS (G1) **"Apego seguro: Formación del Vínculo"** 11:00h CHARLA: **"CÓMO SEGUIR ACOMPAÑANDO A MI HIJO/A ADOLESCENTE"** **Colegio "San Martín"** 16:00h	30			

- ESPACIO 0-6 AÑOS
- PARTICIPACIÓN COMUNITARIA
- FORMACIÓN DENTRO DE LAS INSTALACIONES DEL CAF
- FORMACIÓN FUERA DE LAS INSTALACIONES DEL CAF

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

GRUPOS 0-6 AÑOS:

CRECIENDO JUNTOS
Espacio de Relación para Familias con hijos/as de 0 a 6 años

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA (*)
Tlf.: 91 564 81 84
(Plazas limitadas)

(*) Para la participación en esta actividad, es necesario solicitar cita para entrevista previa.

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Espacio de **orientación**, **apoyo**, **información** e **intercambio** de **experiencias para padres y madres con hijos/as de 0 a 6 años.**

Se desarrolla a través de **sesiones grupales dinámicas y participativas**, en las que se ofrece información objetiva y especializada sobre el desarrollo integral de los/as niños/as y se promueve una experiencia compartida entre las familias que viven situaciones similares en cuanto a dudas, temores, necesidades, etc., con hijos/as en una misma franja de edad:

- Grupo 1: de 0 a 6 meses.
- Grupo 2: de 7 a 18 meses.
- Grupo 3: de 19 a 36 meses.
- Grupo 4: de 3 a 6 años.

► ¿CUÁNDO?

Grupo 2-3. Sesión 1ª y 2ª: VIERNES 9 y 23 de febrero de 17:00 a 18:30 horas.
Grupo 2-3. Sesión 3ª a 6ª: VIERNES 1, 8, 15 y 22 de MARZO de 17:00 a 18:30 horas.
Grupo 2-3. Sesión 7ª y 8ª: VIERNES 5 y 12 de ABRIL de 17:00 a 18:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Familias con hijas/os de 7 a 36 meses.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

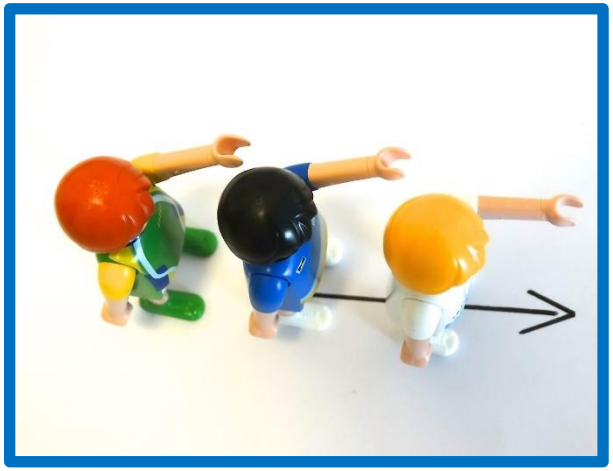
Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

TALLER PARA PADRES Y MADRES:

"PROMOCIONAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NUESTROS HIJOS/AS"



INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
Tlf.: 91 564 81 84

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La **inteligencia emocional** nos facilita desarrollar relaciones personales e interpersonales sanas a lo largo de nuestra vida.

Este **taller de tres sesiones** va a dirigido a promover que las familias puedan ayudar a sus hijos/as a que entiendan y gestionen sus propias emociones de forma que reduzcan el estrés, les ayuden a comunicarse de manera efectiva, a empatizar con otras personas, superar desafíos y aminorar conflictos.

Con estos objetivos, os proponemos las siguientes temáticas que iremos conociendo en cada sesión:

- Sesión 1: **La práctica de las emociones.**
- Sesión 2: **Estrategias para una adecuada regulación emocional.**
- Sesión 3: **La empatía y su importancia en las relaciones familiares.**

► ¿CUÁNDO?

LUNES 8 , MARTES 16 y LUNES 22 DE ABRIL de 17:30 a 19:00 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Padres y madres con hijos/as cursando **Educación Primaria**.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA PARA PADRES Y MADRES:

"Detectar el uso problemático de nuevas tecnologías desde la familia"

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
Tlf.: 91 564 81 84

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El **uso generalizado de tecnología** (móvil, tablets, redes sociales, videojuegos…) por parte de nuestros/as hijos/as, hace que nos surjan diferentes dudas que requieren de la orientación de profesionales expertos:

-¿Son buenas las nuevas tecnologías para mis hijos/as o sus perjuicios superan a los posibles beneficios?, ¿tengo que regular y controlar su uso?
-¿Si este uso les quita tiempo a otras actividades, prohibimos usarlas?, ¿Cómo podemos ayudarlos a integrar estas tecnologías de forma positiva en su vida cotidiana?
-¿Cómo detectar que algo va mal?, ¿Cuáles serían las señales que deben alertarnos?, ¿Cuándo pedir ayuda profesional?,
-¿Cómo diferenciar entre **uso, abuso y adicción**?

Profesionales del Servicio de Prevención y Tratamiento de Adicciones del Ayuntamiento de Madrid (PAD), responderán a éstas y otras dudas que puedan tener las familias que participen en la charla.

► ¿CUÁNDO?

MARTES 9 de ABRIL de 18:00 a 19:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Padres y madres con hijos/as entre 12 y 17 años.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

familias, igualdad y bienestar social | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

GRUPO:

"SOLEDAD NO ELEGIDA"
Cuando se frustra nuestro proyecto familiar

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
Tlf.: 91 564 81 84

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

En ocasiones, a lo largo de nuestra trayectoria familiar, se producen cambios o ausencias, unas veces elegidas y, otras, no. La pérdida de un ser querido, la ruptura de la pareja o de relaciones familiares, pueden suponer la frustración de nuestro proyecto familiar, provocándonos sentimientos de vacío, malestar, dolor, desconexión…y, en definitiva, de soledad. Pero, ¿a qué nos referimos cuando hablamos de soledad?, ¿qué ocurre cuando es una realidad que yo no he elegido?

Estos sentimientos a veces nos limitan a la hora de afrontar una nueva etapa o para establecer o restablecer el contacto con otras personas y nos sentimos sin herramientas para salir de una situación de soledad no elegida que se va alargando en el tiempo. A través de este **grupo de cuatro sesiones**, conducidas por una **psicóloga** del CAF-5, reflexionaremos sobre:

- El concepto de soledad.
- Herramientas para sobrellevar y salir fortalecidos/as de estas situaciones.
- Cómo establecer nuevas relaciones y proyectos.
- Revisar nuestras fortalezas personales: autoestima, estilos de comunicación y escucha, expresión de necesidades…Todo ello, con el objetivo de identificar las más adecuadas para facilitarnos la interacción con aquellos/as que nos rodean.
- Conocer e identificar cómo nos relacionamos con los/as demás, para facilitar la construcción de nuevos vínculos que nos permitan establecer relaciones satisfactorias y enriquecedoras.

► ¿CUÁNDO? MIÉRCOLES 10 y 24 de ABRIL de 17:00 a 18:30 horas.

Miércoles 8 y 22 de mayo de 17:00 a 18:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas que hayan visto frustrados sus proyectos familiares y se sientan solos/as.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA:

TRÁMITES HEREDITARIOS: TESTAMENTOS, DONACIONES y ADJUDICACIONES

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
CMM "El Almendro"

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A la hora de afrontar el momento de **realizar un testamento** nos pueden surgir varias dudas:

- ¿Es necesario hacerlo?, ¿Cómo lo tendría que hacer?
- ¿Puedo decidir lo que realmente quiera?, ¿Puedo cambiar de opinión después?
- ¿Qué ocurre si no hago testamento?
- ¿Qué es hacer una **donación en vida**?

A través de esta **charla,** el **abogado** del Centro de Apoyo a las Familias 5, dará respuesta a estas preguntas y explicará la manera de organizar el reparto de nuestros bienes del modo que realmente deseamos, las posibilidades que nos ofrece la Ley y los requisitos que, obligatoriamente, deberemos cumplir en cada situación familiar.

► ¿CUÁNDO?

JUEVES 11 de ABRIL de 11:00 a 13:00 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro Municipal de Mayores "El Almendro".

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas usuarias del CMM "El Almendro".

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA PARA PADRES Y MADRES:

PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR DESDE LA FAMILIA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA

AMPA CEIP "Mariano José de Larra"

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El **acoso escolar o "bullying"** es un tipo de violencia específico que se manifiesta a través de la exposición -reiterada e intencionada- que sufre un/a niño/a a **daños físicos y/o psicológicos**, por parte de otros/as compañeros/as **en el contexto escolar**.

Se trata de un problema que suele abordarse cuando ya está presente y, en muchas ocasiones, cuando lleva instaurado mucho tiempo, es decir, cuando ya se ha producido un daño en los/as niños/as implicados/as.

En esta charla conoceremos:

-Los diferentes **tipos** de acoso escolar.

-Las **consecuencias** de las situaciones de acoso escolar en los/as niños/as,

-Cómo **prevenir** este problema desde la familia para evitar que nuestros/as hijos/as puedan situarse, tanto en la posición de víctima, como de acosador/a.

► ¿CUÁNDO?

VIERNES 12 de ABRIL de 16:30 a 18:00 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

CEIP "Mariano José de Larra"

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Padres y madres con hijos/as cursando **Educación Primaria** en el CEIP "Mariano José de Larra".

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA FAMILIAS SÉNIORS:

"FRASES LITERARIAS, REFRANES Y DICHOS DE NUESTRA VIDA DIARIA"

GRUPO CERRADO

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
CMM "Daroca"

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

En el mes del libro, os proponemos revisar la influencia de la literatura, los refranes y dichos populares en nuestra familia de origen, en nuestra familia actual y, en definitiva, en nuestras vidas.

Los dichos y refranes recogen los valores de la sociedad en la que vivimos y pueden llegar a modelar nuestro pensamiento y comportamiento.

La educación en valores es fundamental para formarnos desde la infancia, así que, ¿por qué no apoyarnos en esas frases literarias, refranes o dichos de nuestra vida diaria para transmitírselos a las siguientes generaciones?

Os animamos a empezar a reflexionar sobre ello…

¿Cuántos dichos eres capaz de recordar en cinco minutos?

¿Quién recuerdas que lo utilizaba?, ¿En qué contexto?

► ¿CUÁNDO?

Grupo 1: JUEVES 18 de ABRIL de 16:00 a 17:00 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro Municipal de Mayores "Daroca".

► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Personas usuarias del CMM "Daroca".

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA PARA PADRES Y MADRES:

"LA EMPATÍA Y SU IMPORTANCIA EN LAS RELACIONES"

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA

AMPA CEIP "Marqués de Suanzes"

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La familia es el contexto idóneo para promover la empatía entre los diferentes miembros, pero también, con las personas ajenas al núcleo familiar. Ello nos ayudará a tener relaciones más profundas, aprenderemos a compartir nuestros sentimientos e ideas, se desarrollará la capacidad de ser compasivos/as al afrontar situaciones dolorosas, propiciará una comunicación eficaz, seremos más objetivos/as, yendo más allá del prejuicio, lo cual, reforzará la autoestima y estimulará el aprendizaje.

Las ventajas que conlleva desarrollar la empatía son numerosas, y durante esta charla, os proponemos aprender a incorporarla en vuestro inventario de habilidades sociales y, así, ayudar a vuestros/as hijo/as a que también la adquieran.

► ¿CUÁNDO?

VIERNES 19 de ABRIL de 17:00 a 18:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

CEIP "Marqués de Suanzes".

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Padres y madres con hijos/as cursando **Educación Primaria** en el CEIP "Marqués de Suanzes".

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

GRUPOS 0-6 AÑOS:

CRECIENDO JUNTOS
Espacio de Relación para Familias con hijos/as de 0 a 6 años

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA (*)
Tlf.: 91 564 81 84
(Plazas limitadas)

(*) Para la participación en esta actividad, es necesario solicitar cita para entrevista previa.

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Espacio de **orientación**, **apoyo**, **información** e **intercambio** de **experiencias para padres y madres con hijos/as de 0 a 6 años.**

Se desarrolla a través de **sesiones grupales dinámicas y participativas**, en las que se ofrece información objetiva y especializada sobre el desarrollo integral de los/as niños/as y se promueve una experiencia compartida entre las familias que viven situaciones similares en cuanto a dudas, temores, necesidades, etc., con hijos/as en una misma franja de edad:

- **Grupo 1: de 0 a 6 meses.**
- Grupo 2: de 7 a 18 meses.
- Grupo 3: de 19 a 36 meses.
- Grupo 4: de 3 a 6 años.

► ¿CUÁNDO?

Grupo 1. Sesión 1: LUNES, 22 de ABRIL de 11:00 a 12:30 horas.
Grupo 1. Sesión 2: LUNES, 29 de ABRIL de 11:00 a 12:30 horas.
Grupo 1. Sesión 3ª a 6ª: LUNES 6, 13, 20 y 27 de mayo de 11:00 a 12:30 horas.
Grupo 1. Sesión 7ª a 9ª: LUNES 3, 10 y 17 de junio de 11:00 a 12:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5.

► DESTINATARIO/AS DE LA ACTIVIDAD

Familias con hijas/os de 0 a 6 meses.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

Centro de Apoyo a las Familias
CAF 5

Aprome

políticas sociales, familia e igualdad | MADRID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

TALLERES PARA FAMILIAS

"CASAS LECTORAS"

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA(*)

Tlf.: 91 564 81 84

(Plazas limitadas)

(*) **IMPORTANTE**: La inscripción debe realizarse para cada sesión.

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Desde el Centro de Apoyo a las Familias 5, os invitamos a participar en los talleres impartidos por los/as especialistas del **Programa Casas Lectoras**, que, a través de libros, cuentos, magia, música y otras actividades, tienen como objetivo compartir momentos en torno a actividades artísticas y estimular la creatividad en familia.

► ¿CUÁNDO?

MARTES 23 de ABRIL de 17:30 a 18:30 horas.

Martes 7 de mayo de 17:30 a 19:30 horas.
Martes 4 de junio de 17:30 a 19:30 horas.
Martes 17 de septiembre de 17:30 a 19:30 horas.
Martes 15 de octubre de 17:30 a 19:30 horas.
Martes 5 de noviembre de 17:30 a 19:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro de Apoyo a las Familias 5

► DESTINATARIOS DE LA ACTIVIDAD

Familias con hijos/as de **entre 9 meses y 8 años**.

Los niños/as participan en todos los talleres, junto con sus padres/madres.

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es

Madrid Servicios Sociales

Dirección General de Familia e Infancia
Departamento de Familia

CALENDARIO DE ACTIVIDADES
ABRIL 2024

CHARLA PARA PADRES Y MADRES:

"CÓMO SEGUIR ACOMPAÑANDO A MI HIJO/A ADOLESCENTE"

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN PREVIA
COLEGIO "SAN MARTÍN"

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

A través de esta charla reflexionaremos, junto con un psicólogo del Centro de Apoyo a las Familias 5 (CAF-5), sobre el reto que supone para padres y madres la adolescencia de nuestros/as hijos/as.

Entre los 12 y 18 años nos planteamos cómo seguir educándoles y gestionar los conflictos cotidianos y, a la vez, cómo preservar una buena relación con ellos/as. Lo ponen difícil y rompen nuestros esquemas, resultando complicado conciliar ambos objetivos.

Durante la charla revisaremos ideas que prentenden fomentar ambos objetivos, **educar y promover una buena relación**, intentando buscar, juntos/as, estrategias útiles para apoyaros en estas tareas.

► ¿CUÁNDO?

LUNES 29 de ABRIL de 16:00 a 17:30 horas.

► LUGAR DE REALIZACIÓN

COLEGIO "SAN MARTÍN"

► DESTINATARIOS/AS DE LA ACTIVIDAD

Padres y madres con hijas/os con edades comprendidas **entre los 12 y los 18 años**, que cursen sus estudios en el IES "Carlos III".

C/ Fuente Carrantona, 12 28030 Madrid
Tel.: 91 564 81 84 Fax: 91 564 77 05
caf-5@madrid.es